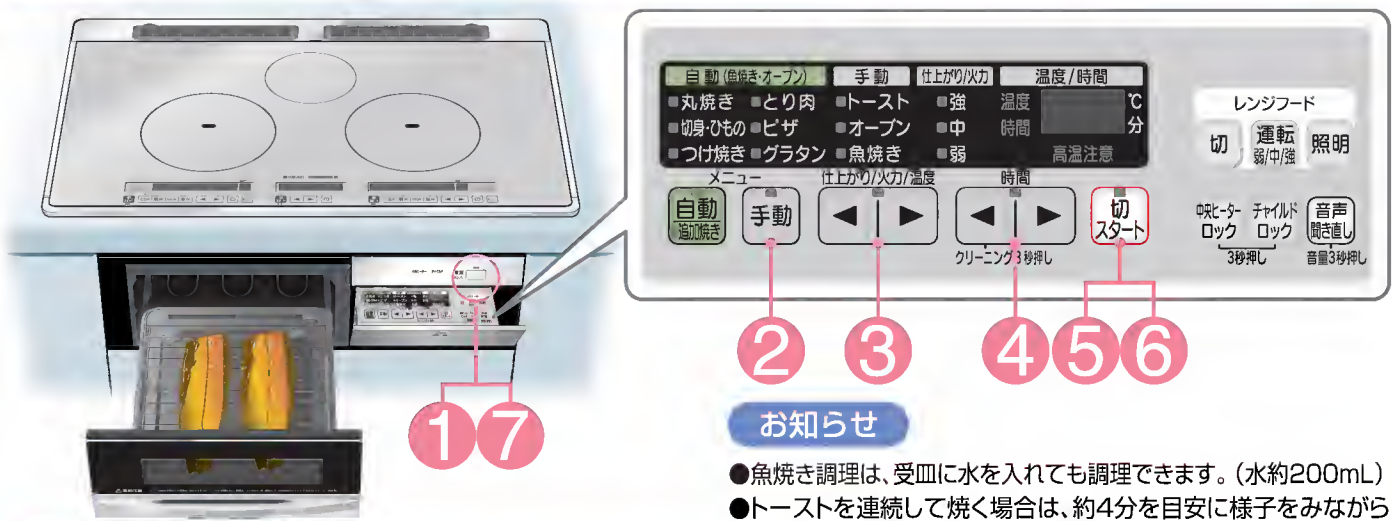


# オーブンで調理をする (つづき)

## 手動のトースト・魚焼き調理をする



**準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

**1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

**2** 手動 を押し、希望のメニューのランプを点灯させる

**3** 仕上がり/火力/温度 を押し、材料に合わせて火力を設定する  
●トーストには火力の設定はありません。

**4** 時間 を押し、時間を設定する  
●設定できる最大時間  
トースト▶10分 魚焼き▶30分

**5** 切スタート を押し、通電する

**6** 調理が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

**7** 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

### お知らせ

- 魚焼き調理は、受皿に水を入れても調理できます。(水約200mL)
- トーストを連続して焼く場合は、約4分を目安に様子をみながら調理してください。

### メニュー選択



### 火力設定 (魚焼き調理のみ)



- タイマーを使わない場合は、切スタート を押してください。
- 途中でタイマーを中止するときは、もう一度 時間 を押し、時間を 00 に設定してください。
- 設定した時間を変更したい場合は、時間 を押し、再度設定してください。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、調理時間を調節してください。

- 調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング (表示) を行います。(魚焼き調理のみ)
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切スタート を押してください。

- 庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



## 手動調理の目安

材料に合わせてメニューと火力を選んでください。

※ [ ] は1枚 (尾・はい) あたりの重さです。( ) は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって火力を選んでください。

メニュー	魚焼き手動 (自動で焼けないもの)		
	弱	中	強
調理例		 小あじのみりん干し [1枚 約20~40g] 小6枚 (約5~10分)	 さんまのみりん干し [約80~160g] 中2枚 (約6~10分)
		 うるめいわし丸干し [1尾 約10~15g] 5~10尾 (約5~10分)	
	 スルメ [1枚 約70g] 1枚 (約3~5分)		 いかのつけ焼き [1ぱい 約250g] 2ぱい (約10~16分)


※ ( ) は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって時間を選んでください。

メニュー	トースト		
調理例	 4枚切 (厚み約30mm) 1~2枚 (約6~7分)	 6枚切 (厚み約20mm) 1~2枚 (約6~7分)	 8枚切 (厚み約15mm) 1~2枚 (約6~7分)

オーブンで調理をする (手動のトースト・魚焼き調理をする) / 手動調理の目安

# オーブンで調理をする (つづき)

## 手動のオーブン調理をする



1 7

**準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

**1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

**2** 手動 を押し、「オーブン」の位置にランプを点灯させる

**3** 仕上がり/火力/温度 を押し、メニューに合わせて温度を設定する


**4** 時間 を押し、時間を設定する

●設定できる最大時間  
オーブン▶30分

**5** 切スタート を押し、通電する

**6** 調理が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

**7** 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)



2 3 4 5 6

お願い

●オーブン調理は受皿に水を入れないでください。

メニュー選択

手動 トースト 手動 トースト 手動 トースト 解除

トースト・魚焼き手動調理は▶P.30

温度設定

140 160 180 190 200 210 220 240 260 280

●タイマーを使わない場合は、切スタート を押してください。

●途中でタイマーを中止するときは、もう一度 時間 を押して、時間を 00 に設定してください。

●設定した時間を変更したい場合は、時間 を押して再度設定してください。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、調理時間を調節してください。

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング(!表示)を行います。






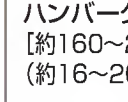
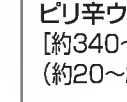
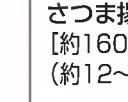
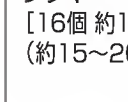
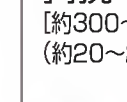
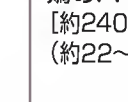
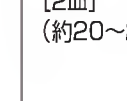
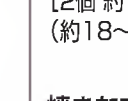
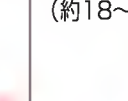





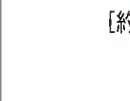
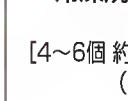
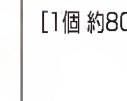
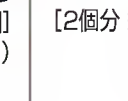




●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切スタート を押してください。

●庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

点滅 高温注意

## 温度調節の目安

※ [ ] は分量です。( ) は調理時間の目安です。温度設定は調理時の目安です。材料により異なります。

140	160	180	190	200	210	220	240	260	280
 <p>焼きプリン [直径約7.5×4cmの スフレ型 6個] (約28~30分)</p>	 <p>フライ温め [1皿 約100~300g] (約12~18分)</p>	 <p>ピザ (冷蔵・冷凍・手作り) [約280~330g] (約13~18分)</p>		 <p>野菜のグラタン (手作り) [直径約22cm皿] (約20~30分)</p>		 <p>パエリア [直径約24cm皿] (約30分)</p>			
	 <p>ハンバーグあたため [約160~200g] (約16~20分)</p>				 <p>ピリ辛ウイング [約340~380g] (約20~25分)</p>		 <p>さつま揚げ [約160~200g] (約12~15分)</p>		
	 <p>クッキー [16個 約100~120g] (約15~20分)</p>				 <p>手羽先 [約300~350g] (約20~25分)</p>		 <p>鶏のハーブ焼き [約240~280g] (約22~25分)</p>		
					 <p>冷凍グラタン [2皿] (約20~25分)</p>		 <p>焼きピーマン [2個 約120~150g] (約18~20分)</p>		
							 <p>焼きなす [3個 約180~220g] (約18~20分)</p>		
 <p>ブラウニー [約18×18cm] (約30分)</p>		 <p>冷凍焼きおにぎりの あたため [4~6個 約180~320g] (約20~25分)</p>		 <p>アップルパイ [直径約18~23cm皿] (約25~30分)</p>		 <p>焼きおにぎり [1個 約80gのもの 4~6個] (約8~12分)</p>		 <p>ホイル焼き [2個分 約380~420g] (約23~27分)</p>	
 <p>マドレーヌ [4~6個分] (約12~20分)</p>		 <p>焼き豚 [約280~320g] (約30分)</p>			 <p>厚揚げ [約200~300g] (約16~20分)</p>		 <p>フレンチトースト [約180~220g] (約15~20分)</p>		
 <p>チョコチップケーキ [約240~280g] (約15~18分)</p>					 <p>焼きいも [2個 約450~500g] (約25~30分)</p>		 <p>ピザトースト [約180~220g] (約14~18分)</p>		
					 <p>ラムチョップ [約340~380g] (約20~25分)</p>				

オーブンで調理をする(手動のオーブン調理をする)温度調節の目安